

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA EN ALUMNOS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA; TÁCTICAS Y ESTRATEGIAS INTELECTUALES Y COMPRENSIÓN LECTORA

Esperanza Bausela Herreras

Área de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación (M.I.D.E.)

Área de Personalidad Evaluación y Tratamientos Psicológicos (P.E.T.R.A.)

Universidad de León

España

dfcebh@unileon.es

RESUMEN

Son diversos los modelos de orientación que sirven de guía a la acción orientadora. Teniendo presente esta diversidad de modelos que pueden guiar la acción psicopedagógica, hemos optado por situarnos en el modelo de intervención por programas, ya que permite desarrollar una intervención psicopedagógica con un carácter eminentemente preventivo, grupal y próximo a los principios de intervención social y educativa. En este artículo pretendemos recoger las experiencias de dos programas de intervención psicopedagógica, dirigido al alumnado de secundaria, con objeto de intervenir en la mejora de la comprensión lectora y en las habilidades y tácticas intelectuales. Consideramos que estas habilidades son fundamentales en este nivel educativo y que permitirán afrontar el estudio de una manera más eficaz y satisfactoria.

PALABRAS CLAVE

Programa de Intervención Psicopedagógica, comprensión lectora, técnicas de estudio, estrategias intelectuales, hábitos de estudios, leer, comprensión.

ABSTRACT

The orientation models that serve as a guide for the orientation action are diverse. Having in mind this diversity of models that can guide the psychopedagogical action, we have chosen to situate ourselves in the program intervention model, since it allows us to develop a psychopedagogical intervention with an eminently preventive, group character and close to social and educative intervention principles. In this article we will try to gather the experiences of two programs of psychopedagogical intervention aimed to secondary students, with the purpose of intervening the improvement of reading comprehension and intellectual abilities and tactics. We consider that this abilities are fundamental at this educative level and that it will allow to face studying in a more efficient and satisfactory manner.

KEYWORDS

Psychopedagogical Intervention Program, reading comprehension, study techniques, intellectual strategies, studying habits, reading, comprehension.

1. Entrenamiento de Padres

Los padres deben adquirir habilidades del manejo conductual de contingencias para que su hijo/a realice por sí mismo las actividades que le correspondan.

Para poder ayudar a los hijos a cambiar sus conductas problemáticas será necesario que los padres conozcan cómo se aprenden cada una de tales conductas y, a partir de entonces, los padres estarán en condiciones de hacer todo lo posible para que los hijos desaprendan la conducta problemática y aprendan otras más positivas y adecuadas según lo deseable para cada edad y circunstancia particular del niño.

La meta de estos programas del manejo de la conducta es la de proporcionar a los padres herramientas que les permitan ayudar a los padres a ayudar a sus niños para que ellos desarrollen la conducta y la clase de comportamiento que lo pueda ayudar a llevarse mejor en este mundo. Como los padres juegan el papel más importante en el desarrollo del niño, la meta del entrenamiento del manejo de la conducta es el de ayudar a los padres a convertirse en los maestros principales en el desarrollo de la conducta apropiada. Por ejemplo, el niño puede estar teniendo dificultad en aprender el entrenamiento de necesidades del baño, o puede ser que el rehúse obedecer a lo pedido por los padres.

La intervención se desarrollará, por consiguiente, sobre;

- *Lo que ocurre antes y después de la conducta*

Se tiene de a realizar aquello que resulta agradable y gratificante, y se tiende a apartarse o desterrar aquello que produce malestar. La relación de contingencia entre lo que hace y la gratificación que recibe el niño, hace que una conducta aumenta o disminuya la probabilidad de aparición de dicha conducta. El proceso de aprendizaje del comportamiento es mucho más complejo e intervienen otras variables y aspectos tales como: la interpretación que hace el niño de los sucesos, los premios y los castigos, las circunstancias...La conducta esta en función de las consecuencias que obtiene el niño. Si el niño obtiene consecuencias agradables para él después de realizar una determinada conducta indudablemente estará "aprendiendo" y adquiriendo habilidad para ello.

- *Reforzadores de la conducta*

Los reforzadores son todas aquellas cosas, conductas, situaciones.. que hacen que el niño o niña se comporte de determinada manera para conseguir un resultado concreto. Un reforzador es, en cierto modo, una recompensa, una gratificación y si se aplica o administra al niño fortalece / aumenta la conducta antecedente.

Los reforzados pueden ser materiales, para que sea efectivo, es necesario que el niño lo valore y no esté saciado de él, y sociales (atención, alabanza, sonrisas, salir a jugar, ir de excursión...), los cuales deben asociarse con conductas que son adecuadas y aconsejables.

Es muy importante que se refuerce por pequeños pasos. No deberíamos esperar a que el niño logre todo un comportamiento general adecuado para reforzarlo.

2. Metodología

El *estudio de casos* es uno de los modelos de investigación utilizados en Ciencias Sociales y ha sido tradicionalmente el enfoque más utilizado en la investigación clínica. Su diseño es particularmente apropiado para el estudio de situaciones que requieren un notable grado de intensidad y, normalmente, un reducido período de intervención. Es una forma privilegiada en la investigación ideográfica. Afronta el estudio de la realidad mediante una análisis detallado de sus elementos y de la interacción que se produce entre ellos y su contexto para llegar, mediante un proceso de síntesis, a la búsqueda del significado y a la toma de decisión que se requiere en la situación estudiada.

3. Muestra. Descripción del caso¹

Los padres de Antonio vienen a consulta porque tiene dificultades para manejarlo. No sigue las normas de casa y presenta rabietas, todo ello muy generalizado.

Los padres reconocen que demuestran diferentes actitudes ante el comportamiento del niño y tampoco se ponen de acuerdo en cómo solucionar el problema. Están desesperados, pues el problema va aumentando y no saben cómo abordarlo.

Antonio es el mayor de dos hermanos (el pequeño tiene cinco años). Su desarrollo madurativo fue adecuado, empezando a andar y hablar a su momento. Tampoco paso enfermedades graves en su infancia.

En la actualidad los problemas se centran en su dificultad para cumplir las normas adquirir hábitos de aseo. Los padres dicen que les hace caso, se niega a lavarse y empieza a chillar y patear si se le acercan. Ellos le amenazan con castigarle, pero a él parece darle lo mismo. Según su madre “lo que quiere es vernos furiosos y parece que disfruta con ellos”.

También hay problemas con el trato con otros niños y con su hermano. No tiene conciencia de lo que es justo y siempre quiere imponer su voluntad en el grupo. No sabe posponer los refuerzos y suele mostrarse agresivo con los otros niños si no hacen lo que les pide.

El padre pasa poco tiempo en casa debido a que trabaja mucho. Es muy perfeccionista y exigente consigo mismo y con los demás, cree que siempre se pueden hacer las cosas mejor. La relación con el niño es distante, especialmente desde que empezó a comportarse mal y nunca lo elogia, pues dice que “cumplir con sus deberes es su obligación”.

La madre también tiene unas expectativas muy altas respecto a los niños en general y a su hijo en particular. Tampoco le refuerza, y cuando lo hace no es inminente ni contingente a la conducta. Dicen que le dan muchas órdenes a ver si les hace caso, pero cree que es peor.

Al hablar con el niño éste nos dice que sus padres quieren que haga todo bien y ello le pone muy nervioso, porque cree que va a defraudarles. También cree que no es justo que el exijan tanto. Por eso no les hace caso y chilla cuando se le acercan. Sabe que no se porta bien y después de hacerlo se siente aliviado y satisfecho de ver preocupado de ver a sus padres preocupados.

Con los otros niños y su hermano se pelea porque dice que son unos pesados y le quitan las cosas. Esto le pone furioso y suele amenazarles, o darles patadas. A veces, sus padres le castigan cuando hace eso, pero no le importa porque él prefiere “ser el más fuerte del grupo” y que los demás le respeten, aunque luego le castiguen.

4. Análisis funcional de la conducta

Sus comportamientos son reforzados y mantenidos por la atención que le presentan sus padres y cuando estos muestran preocupados y enfados. A ello, debemos unir, como sus padres, no refuerzan de forma contingente ni inmediata sus logros.

ANTECEDENTES	CONDUCTA	CONSECUENES	FUTURO
Le mandan asesarse	Se niega a lavarse los dientes, chilla...	Su madre o padre se enfada (R ⁺) Se siente aliviado y satisfecho (R ⁺)	Más probable que se repita
En compañía de otros niños	Les insulta, les quita los juguetes y les da patadas	Le castigan (llama la atención de los padres y de sus compañeros (R ⁺) Se siente "el más fuerte del grupo", ya que los demás le respetan.	Más probable que se repita
Le dan órdenes muy numerosas	Cumple algunas de ellas	No (R ⁺) de forma contingente ni inmediato a sus conductas.	Más improbable que se repita

Del caso propuesto de Antonio, destacamos, como gran parte de las conductas de los padres son las que explican el comportamiento inadecuado de Antonio. Destacamos la escasa conexión, consistencia y coherencia que existe entre ambos padres, lo que se traduce en normas ambivalentes por parte de estos.

Podríamos decir que son padres del *estilo inconsecuente*, lo que se traduce en un niño nervioso, que teme defraudar a sus padres. Son padres, además, muy perfeccionistas consigo mismo y también con su hijo, que tienen unas expectativas muy altas sobre su hijo.

5. Objetivos de la intervención

Ante este breve análisis consideramos que puede ser adecuado desarrollar un programa con un *doble objetivo*;

- Proporcionar a los padres las habilidades que les permitan manejar las contingencias ambientales de forma adecuada.
- Proporcionar habilidades para intervenir en los problemas concretos que presenta su hijo, con el objetivo final de desarrollar su máxima autonomía.

A corto y medio plazo el programa persigue:

- Aprender a concretar y definir operativamente las conductas a modificar.

- Intervenir para incrementar las conductas prosociales y disminuir las conductas problemáticas de hijo.
- Aprender técnicas específicas de manejo conductual (estrategias de observación y registro, información sobre el uso contingente del refuerzo y extinción, diseño y aplicación del programa de fichas).
- Sustituir los estilos coercitivos de interacción padres-hijo mediante el desarrollo y mantenimiento de patrones de interacción más positivos.
- Fomentar la autoestima y autonomía en su hijo.

6. Programa de entrenamiento a padres

Planificaremos un programa de técnicas de modificación de conducta de orientación cognitivo – conductual que pretende: Informar y dotar a los padres de estrategias y habilidades específicas para facilitar la no siempre fácil tarea de educar a sus hijos y afrontar exitosamente las dificultades que surgen en el proceso educativo.

La intervención con los padres se lleva a cabo en 3 fases que consisten en lo siguiente:

I. OBSERVAR Y REGISTRAR LO QUE HACE EL NIÑO ANTES DE APLICAR EL PROGRAMA (LINEA – BASE)

Fase 1. Definir y especificación de conductas.

Fase 2. Adquisición de Habilidades para registrar la conducta inadecuada, con el fin de que identifiquen cuando esta decreciendo o incrementando.

II. APLICAR EL PROGRAMA EL TIEMPO QUE SEA NECESARIO

Fase 3. Definición de los tipos de reforzadores.

Fase 4. Manejo de estrategias para incrementar y decrementar conductas, por medio de la explicación, descripción y uso de técnicas de modelamiento, moldeamiento y contratos de contingencia, economía de fichas, extinción, tiempo fuera y reforzamiento de conductas incompatibles.

III. TRAS LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA; COMPARAR LAS MODIFICACIONES OCURRIDAS CON LOS REGISTROS DE LA LINEA – BASE

Cada una de las fases se estructurará con los siguientes elementos: explicación; discusión demostración (con modelamiento, moldeamiento y juego de roles); y realización de la actividad específica para cada fase.

Tras el entrenamiento de los padres en las estrategias adecuadas, se procederá a la aplicación del programa, diferenciamos tres etapas;

▶ *Evaluación inicial*

Al comienzo del programa realizaremos una evaluación cualitativa centrada en el registro de conductas infantiles y paternas a reforzar, modificar y extinguir para obtener una *línea base* sobre la que comenzar a trabajar.

▶ *Fase de Tratamiento*

La fase de tratamiento consiste en 12 sesiones eminentemente prácticas, en las que se combinan diferentes técnicas. Cada sesión se estructuraba en tres partes:

- En una *primera parte de la sesión*, se revisan y discuten los problemas, éxitos etc. que han generado las aplicaciones llevadas a cabo por los padres durante la semana precedente. Después de esto, se lleva a cabo una breve explicación teórica de los contenidos a desarrollar en esa sesión.
- En una *segunda parte*, a través de ejemplos, role-playing, se desarrolla un coloquio en el que los padres preguntan, discuten entre sí y con el terapeuta acerca de lo aprendido.
- Al *finalizar cada sesión* de entrenamiento el terapeuta hace entrega a los padres de un resumen de los contenidos abordados y de tareas para casa que han de cumplimentar en la siguiente sesión.

Estas doce sesiones de tratamiento las podemos dividir en cinco módulos como se puede apreciar en la siguiente gráfica:

MÓDULOS	NÚMERO DE SESIONES
• I-RELAJACIÓN: Jacobson Koeppen	5
• II- TECNICAS CONDUCTUALES: - Incrementar/Reducir/Modificar conductas	5
• III- ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES: - Explicación teórica - Habilidades Sociales	3
• IV- ENTRENAMIENTO EN SOLUCIÓN DE PROBLEMAS: - Explicación teórica - Ejemplo	2
• V-AUTOESTIMA Y AUTONOMIA -Tácticas para estimular la autoestima y autonomía -Ejercicios	2

MODULO I: TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

La *relajación* es un medio de aprender a reducir la ansiedad inespecífica y obtener control de la mente, *induciendo* al paciente a la distracción cognitiva y desarrollando habilidades para la reducción de la activación ansiógena. Es una técnica terapéutica útil en la ansiedad excesiva y la ansiedad de separación. El método más utilizado es la *Relajación progresiva de Jacobson* consistente en tensar y relajar los principales grupos musculares del cuerpo al tiempo que el sujeto se concentra en las sensaciones relacionadas con la tensión y la relajación. A pesar de no ser adecuado, por debajo de los 8 años, se ha establecido un programa de adaptación para niños menores de estas edades.

Este módulo consta de 5 sesiones. En ellas, se pretende informar sobre las técnicas de relajación y su puesta en práctica. Con el fin de que los padres sean capaces de apreciar los beneficios de practicar la relajación y poder enseñar a relajar a su hijo, se les entrena en la técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson. Esta técnica se basa en ejercicios de tensión y distensión de los diferentes grupos musculares. Las fases de la Técnica de Relajación muscular progresiva de Jacobson son:

- Fase 1: Manos y brazos.
- Fase 2: Área facial, nuca, hombros y parte superior de la espalda.
- Fase 3: Tórax, estómago y parte inferior de la espalda.
- Fase 4: Caderas, muslos y pantorrillas.

Del mismo modo, se les explica y orienta en cómo debían de enseñar a su hijo a practicar la relajación a través de la técnica de *relajación muscular de Koeppen*. Esta se basa en ejercicios de tensión – distensión de los diferentes grupos musculares, a partir de sugestión. Las fases de la Técnica de Relajación Muscular de Koeppen son:

- Fase 1: Manos y brazos.
- Fase 2: Hombros y cuello.
- Fase 3: Mandíbula, cara y nariz.
- Fase 4: Estómago.
- Fase 5: Pies y piernas.

Se entrena a los padres en cada una de las fases, entregando documentación y pautas para poner en práctica la técnica con sus hijos.

MODULO II: TÉCNICAS CONDUCTUALES

Lo más importante de este programa consiste en la evaluación conductual que se realiza desde el inicio, es decir en evaluar los antecedentes y consecuentes de la conducta, para su posterior modificación.

TÉCNICAS CONDUCTISTAS		
CORRIENTE	TÉCNICA	MODALIDADES
CONDICIONAMIENTO CLÁSICO	1. Asociación de estímulos y conducta refleja.	
	2. Desensibilización sistemática.	
	3. Imaginación emotiva.	
CONDICIONAMIENTO OPERANTE	1. Refuerzo positivo.	Programa de razón fija
		Programa de razón variable
		Programa de intervalo fijo
		Programa de intervalo variable
	2. Refuerzo negativo.	

	3. Castigo.	
	4. Extinción.	
	5. Autocontrol.	Autoobservación
		Autorrefuerzo y autocastigo
		Autorregulación
		Autocontrol de estímulos
	Autoinhibición recíproca	
Autotratamiento		
6. Retroalimentación.		

Por ello, a lo largo de 5 sesiones se trabajó en los siguientes aspectos, de forma más concreta: Refuerzo positivo, economía de fichas, extinción, tiempo fuera, castigo y alternativas al castigo.

MODULO III: ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales, son por tanto, un conjunto de estrategias y destrezas, que permite a los sujetos que las tienen “entrar en contacto con el medio”. Actúan como un mecanismo a través del cual los niños inciden en su medio ambiente obteniendo, suprimiendo o evitando consecuencias deseadas y no deseadas.

Las *relaciones interpersonales* son una importante fuente de adquisición del reforzamiento social y cultural en el ámbito personal. Cuando son apropiadas se posee un mayor nivel de autoeficacia y de refuerzo social. Por el contrario cuando las personas que presentan un déficit en esta área experimentan cierto nivel de aislamiento social, que suele ir acompañado de respuestas pasivas que conlleva una insuficiente comunicación sobre sus sentimientos, necesidades, intereses, desembocando en una baja *autoestima* y *autopercepción de incompetencia social*.

Se pretende que los padres sean capaces de enseñar a su hijo a identificar los tres estilos de comunicación: agresivo (monstruo), asertivo (yo), pasivo (ratón). Además, se trabajan habilidades sociales básicas como: Saludar y escuchar, dar y recibir cumplidos, afrontar conflictos o pedir favores.

MODULO IV: ENTRENAMIENTO EN SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Con este módulo se pretende mostrar algunas de las formas más adecuadas de responder ante algunos de los problemas y dificultades de la vida cotidiana tanto de la experiencia de los adultos como de los niños.

Las autoinstrucciones tienen la finalidad de que el niño sea capaz de regular su propia conducta para actuar de la forma más eficaz posible sobre el ambiente en las diferentes situaciones. El entrenamiento en autoinstrucciones, pues, consiste en enseñar a los niños a emplear respuestas mediadoras que ejemplifiquen una “estrategia general”, para controlar la conducta en diferentes circunstancias.

La finalidad de este módulo consiste en que los padres sean capaces de ayudar a su hijo a desenvolverse y enfrentarse a los problemas que surgen en la vida cotidiana de forma autónoma y eficaz.

MODULO V: INCREMENTO DE LA AUTOESTIMA Y AUTONOMIA

Todos los niños al nacer son heterónomos e indefensos, y algunos de ellos se hacen autónomos al crecer. En la medida en que el niño se hace capaz de gobernarse a sí mismo, es menos gobernado por otras personas. Pero, ¿qué es lo que hace que algunos niños se conviertan en adultos autónomos?. La respuesta de Piaget a esta pregunta es que los adultos refuerzan la *heteronomía natural* de los niños usando *sanciones*, y estimulan el desarrollo de la *autonomía* cuando *intercambian puntos de vista* con los niños para tomar decisiones. El castigo refuerza, pues, la heteronomía del niño y le impide desarrollar su autonomía. La esencia de la autonomía es que *los niños lleguen a ser capaces de tomar decisiones por sí mismo*. Pero autonomía *no es lo mismo que libertad total*. La capacidad de tomar decisiones debe ser fomentada desde el principio de la infancia, porque cuanto más autónomo se hace el niño, más posibilidades tiene de hacerse aún más autónomo.

La familia y la escuela son uno de los elementos claves en el desarrollo de un buen *autoconcepto*. Un ambiente familiar donde se alaben los logros conseguidos y se anime a superar fracasos, sentará las bases de una buena autoestima y llevará a un mayor incremento del esfuerzo para conseguir las metas propuestas a la vez que nos sirve como marco de referencia para conocer cómo vamos avanzando en nuestra labor cotidiana.

El autoconcepto y autoestima tienen que ver con una idea de sí mismo, y ha sido llamado también autoidentidad o autodefinición, en éste se incluye la importancia del medio social en que nos encontramos insertados como determinante del mismo. Mientras que *autoestima* se refiere a los sentimientos de estima de sí mismo y ha sido llamada también autoevaluación, ya que tiene que ver con los valores que cada uno de nosotros se atribuye y con los que pensamos que nos atribuyen. Esta autoevaluación tiene que ver con nuestras cualidades, las cuales provienen de nuestra experiencia y pueden calificarse como positivas o negativas.

Podemos concluir que la autoestima y el autoconcepto no son lo mismo, aunque están íntimamente ligados en cada uno de nosotros y definitivamente influyen en nuestra manera de comportarnos y en nuestra visión acerca de la vida.

Este módulo se trabajará de forma transversal a lo largo de todo el programa. Su finalidad es mejorar la autoestima del niño, es decir, que los padres sean capaces de ayudar a su hijo a que se autobreve y verbalice cualidades positivas así como fomentar su autonomía.

► *Evaluación final; del programa y de los logros alcanzados*

Con el fin de conocer los resultados obtenidos tras la implantación del programa, en la última sesión, se pedirá a los padres que contesten a un cuestionario de valoración general del programa. Se evaluarán los siguientes aspectos; metodología, recursos materiales, organización del curso, recursos humanos.

Se evaluarán los logros obtenidos tras la aplicación del programa, comparando los resultados finales con los resultados obtenidos en la evaluación inicial.

7. Normas básicas para la prevención de problemas de conducta infantil.

Entre las normas básicas que pueden ayudar a prevenir problemas de conducta destacamos las siguientes habilidades;

- La empatía
- La expresión y comprensión de los sentimientos
- El control de nuestro genio
- La independencia
- La capacidad de adaptación
- La simpatía
- La capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal
- La persistencia
- La cordialidad
- El respeto

Además de fomentar siempre una *disciplina positiva*;

1. Establecer reglas y límites claros y atégase a ellos. Si puede, escríbalos y fíjelos sobre la pared.
2. Dar advertencias y señales cuando comienza a portarse mal. Es la mejor manera de enseñarle el autocontrol.

3. Definir el comportamiento positivo reforzando la buena conducta con elogios y afecto e ignorando la conducta que sólo apunta a llamar la atención.
4. Educar a su hijo conforme a sus expectativas. Dedicar tiempo para hablar con sus hijos acerca de los valores y las normas, y por qué son importantes.
5. Prevenir los problemas. Según la psicología de la conducta, la mayoría de los problemas se producen como resultado de un estímulo o una señal específica. La comprensión y eliminación de dichas señales lo ayudarán a evitar situaciones que dan lugar a una mala conducta.
6. Ser coherente. Cuando se viola una norma o un límite claramente establecido, actúe del modo que dijo que lo haría.
7. Cuando un "castigo" es necesario, asegurarse de que guarde relación con la infracción a la regla o a la mala conducta.

¹ Caso facilitado por el Centro ASTER psicólogos, como caso práctico del Master en Terapia de Conducta.